

MENÚ SEPTIEMBRE 2025

COLEGIO SANTO TOMÁS

PRIMERA SEMANA	SEGUNDA SEMANA	TERCERA SEMANA	CUARTA SEMANA	QUINTA SEMANA
LUNES 1	LUNES 8	LUNES 15	LUNES 22	LUNES 29
	FIDEUA A LA MARINERA (12) LOMO CON ENSALADA (tomate y lechuga) (19) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE PAVO	ARROZ A LA MARINERA (Rape, mejillones, almeja y gamba. Puerro, cebolla, ajo, zanahoria, tomate y pimiento) (41) CABECERO DE LOMO CON ENSALADA (Tomate y lechuga) (31) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE MORTADELA	ARROZ BLANCO CON TOMATE (23) SALCHICHAS DE POLLO CON RODAJAS DE TOMATE (27) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE PAVO	ARROZ CON VERDURAS (zanahoria, puerro, calabacín, cebolla, ajo y pimiento) (7) ALBÓNDIGAS EN SALSA CON MENESTRA DE VERDURAS (cebolla, pimiento, tomate, ajo, coliflor, alcachofa, champiñón, guisantes, zanahoria y judía verde) Y PATATAS FRITAS (1) (2) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE MORTADELA
MARTES 2	MARTES 9	MARTES 16	MARTES 23	MARTES 30
	LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (17) BACALAO EN SALSA DE TOMATE CON ENSALADA (Lechuga, tomate y zanahoria) (30) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE CHOCOLATE	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (cebolla, pimiento, tomate, ajo, zanahoria, espinacas y patata) (8) MERLUZA EN SALSA VERDE CON ZANAHORIA A LA PLANCHA (22) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y GALLETAS	LENTEJAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (17) ABADEJO CON ENSALADA (lechuga, tomate y zanahoria) (26) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE NOCILLA	GUISANTES CON BEICON (38) LIMANDA CON ENSALADA (Lechuga, tomate y zanahoria) (39) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE CHOCOLATE
MIÉRCOLES 3	MIÉRCOLES 10	MIÉRCOLES 17	MIÉRCOLES 24	MIÉRCOLES
	CREMA DE VERDURAS (patata, puerro, cebolla, judía verde, calabaza y zanahoria) (13) MAGRO CON TOMATE Y PATATA ASASA FRUTA FRESCA/PAN INTEGRAL/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	CREMA DE CALABAZA (patata, calabaza, puerro, zanahoria y cebolla) (5) CONTRAMUSLOS DESHUESADOS CON ENSALADA (lechuga y tomate) (14) (3) FRUTA FRESCA/YOGURT/PAN INTEGRAL/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	PURÉ DE VERDURAS (patata, puerro, cebolla, judía verde, calabaza y zanahoria) (13) HAMBURGUESA COMPLETA (pan, carne, lechuga, tomate y cebolla) (16) FRUTA FRESCA/PAN INTEGRAL/AGUA MERIENDA: LECHE Y FRUTA	
JUEVES 4	JUEVES 11	JUEVES 18	JUEVES 25	JUEVES
	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS (cebolla, calabaza, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (32) SALMÓN A LA PLANCHA CON ENSALADA (Tomate, maíz y lechuga) (37) (3) FRUTA FRESCA/ PAN/ AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE SALCHICHÓN	JUDÍAS VERDES CON JAMÓN (36) PALOMETA EN SALSA DE AJO Y PEREJIL CON ENSALADA (tomate, lechuga y maíz) (10) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE CHORIZO	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (cebolla, espinacas, pimiento, tomate, ajo, zanahoria y patata) (8) PALOMETA EN SALSA DE ZANAHORIA CON ENSALADA (tomate y lechuga) (11) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA MERIENDA: LECHE Y BOCADILLO DE SALCHICHÓN	
VIERNES 5	VIERNES 12	VIERNES 19	VIERNES 26	VIERNES
	SOPA DE FIDEOS CON VERDURAS (zanahoria, calabacín, puerro y cebolla) (9) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (tomate y lechuga) (6) (3) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA	MACARRONES A LA BOLONESA (20) CROQUETAS CON ENSALADA (tomate, lechuga y zanahoria) (24) (3) FRUTA/PAN/AGUA	SOPA DE ESTRELLITAS CON VERDURAS (zanahoria, calabacín, puerro y cebolla) (9) TORTILLA DE PATATA CON SALSA DE TOMATE (25) FRUTA FRESCA/PAN/AGUA	

MENÚ SEPTIEMBRE 2025
COLEGIO SANTO TOMÁS

RECOMENDACIONES PARA LA CENA		
	SI COMES	SE RECOMIENDA CENAR
PRIMER PLATO	Arroz, pasta, patata	Crema, puré, verdura cocida
	Crema, puré, verdura cocida	Arroz, pasta, patata
	Legumbre	Ensalada, crema, puré, sopa, verdura cocida
	Sopa	Arroz, pasta, patata
SEGUNDO PLATO	Carne grasa (cerdo, cordero)	Pescado
	Carne magra (ave, ternera)	Huevo, pescado
	Pescado	Carne magra (ave, ternera)
	Huevo	Carne magra, pescado (ave, ternera)
POSTRE	Fruta	Fruta, lácteo
	Lácteo	Fruta